

健診中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止の為、実施予定でありました健診を中止することとなりました。住民の皆様には、大変ご迷惑をおかけしますが何卒ご理解の程よろしくお願いいたします。

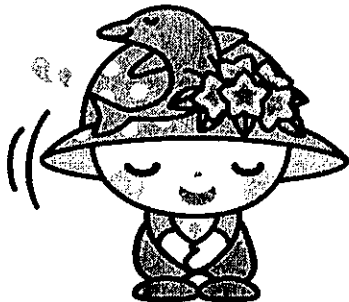
健診中止に伴い、すでにご予約いただいております方々には、再度健診のご予約をいただきますようお願い申し上げます。

<中止の健診>

5月7日(木) 乳がん・子宮がん・大腸がん検診

5月20日(水) 特定健診・肺がん検診・大腸がん検診

肝炎ウイルス検査・歯科健診



※6月以降の健診につきましては未定です。

【お問合せ・ご予約先】

岬町立保健センター TEL492-2424・2425 FAX492-2433
岬町役場保険年金課 TEL492-2705

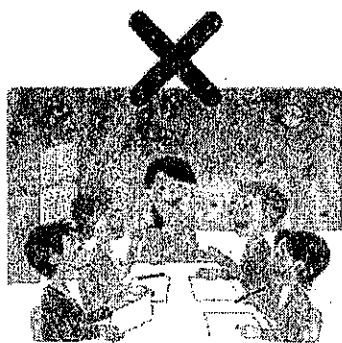
新型コロナウイルスの感染拡大防止に向け、 府民の皆さまにお願いしたいこと



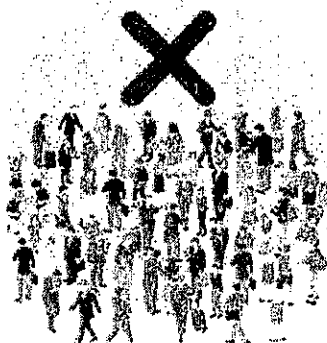
新型コロナウイルスの感染拡大を防止するためには、府民の皆さま一人ひとりが、「感染しない」「感染させない」ための行動をとっていただくことが重要です。

⚠️「3つの密」を避けましょう

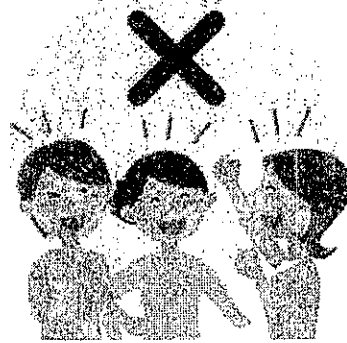
①換気の悪い
密閉空間



②多数が集まる
密集場所



③間近で会話や
発声をする
密接場面



とりわけ、以下の取組みは避けていただくよう、お願いします。

⚠️接客を伴う飲食店や夜間の繁華街への外出はお控えください

専門家の分析において、至近距離での会話など、接客を伴う飲食の場で感染したと疑われる事例が複数確認されています。

⚠️できる限り多人数で集まることを避けましょう

海外からの帰国者との集まりなどから感染拡大につながっている事例が確認されています。
学生コンパなど多人数で集まることは避けましょう。
また、大規模イベントについては引き続き自粛をお願いします。



⚠️屋内での大声を出す、息があがる行為を避けましょう

カラオケなどで大声を出す行為や、スポーツジムなど息があがる運動時に、感染が広がるおそれがあるとの専門家の指摘があります。

爆発的な感染拡大（オーバーシュート）を避けるための努力を
府民の皆さままで一丸となって行いましょう



大阪府 健康医療部
保健医療室 医療対策課

新型コロナウイルスを防ぐには

新型コロナウイルス感染症とは

発熱やのどの痛み、咳が長引くこと（1週間前後）が多く、強いだるさ（倦怠感）を訴える方が多いことが特徴です。

感染しても軽症であったり、治る例も多いですが、季節性インフルエンザと比べ、重症化するリスクが高いと考えられます。重症化すると肺炎となり、死亡例も確認されているので注意しましょう。

特にご高齢の方や基礎疾患のある方は重症化しやすい可能性が考えられます。新型コロナウイルスは飛沫感染と接触感染により感染します。空気感染は起きていないと考えられていますが、閉鎖した空間・近距離での多人数の会話等には注意が必要です。

飛沫
感染

感染者の飛沫（くしゃみ、咳、つばなど）と一緒にウイルスが放出され、他の方がそのウイルスを口や鼻などから吸い込んで感染します。

接触
感染

感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスがつきます。他の方がそれを触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触ると粘膜から感染します。

日常生活で気を付けること

まずは手洗いが大切です。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などにこまめに石けんやアルコール消毒液などで手を洗いましょう。

咳などの症状がある方は、咳やくしゃみを手で押さえると、その手で触ったものにウイルスが付着し、ドアノブなどを介して他の方に病気をうつす可能性がありますので、咳エチケットを行ってください。

持病がある方、ご高齢の方は、できるだけ人込みの多い場所を避けるなど、より一層注意してください。

発熱等の風邪の症状が見られるときは、学校や会社を休んでください。

発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録してください。

こんな方はご注意ください

次の症状がある方は、「新型コロナ受診相談センター（帰国者・接触者相談センター）」にご相談ください。

風邪の症状や37.5℃前後の発熱が4日程度続いている。
（高齢者・妊婦・基礎疾患がある方は2日程度）

強いたるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある

センターでご相談の結果、新型コロナウイルス感染の疑いのある場合には、専門の「帰国者・接触者外来」をご紹介します。

マスクを着用し、公共交通機関の利用を避けて受診してください。

<新型コロナ受診相談センター（帰国者・接触者相談センター）一覧> ※土日祝を含めた終日つながります

センター名	電話番号	FAX	センター名	電話番号	FAX
大阪府池田保健所	06-7166-9911	06-6944-7579	大阪市保健所	06-6647-0641	06-6647-1029
大阪府茨木保健所			堺市保健所	072-228-0239	072-222-9876
大阪府守口保健所			高槻市保健所	072-661-9335	072-661-1800
大阪府四條畷保健所			東大阪市保健所	072-963-9393	072-960-3809
大阪府藤井寺保健所			豊中市保健所	06-6151-2603	06-6152-7328
大阪府畷田林保健所			枚方市健康部	072-841-1326	072-841-2470
大阪府和泉保健所			八尾市保健所	072-994-0668	072-922-4965
大阪府岸和田保健所			寝屋川市保健所	072-829-8455	072-838-1152
大阪府泉佐野保健所			吹田市保健所	06-6339-2225	06-6339-2058

※令和2年4月6日時点

一般的なお問い合わせなどはこちら

その他、ご自身の症状に不安がある場合など、一般的なお問い合わせについては、次の窓口にご相談ください。

府民向け相談窓口 電話番号：06-6944-8197 FAX番号：06-6944-7579
受付時間 9:00～18:00（土日・祝日も実施）

ご家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合 家庭内でご注意いただきたいこと ～8つのポイント～

(一般社団法人日本環境感染学会とりまとめを一部改変) 令和2年3月1日版

部屋を分けましょう

- ◆ **個室にしましょう。** 食事や寝るときも別室としてください。
 - ・子どもがいる方、部屋数が少ない場合など、部屋を分けられない場合には、少なくとも2m以上の距離を保ったり、仕切りやカーテンなどを設置することをお勧めします。
 - ・寝るときは頭の位置を互い違いになるようにしましょう。
- ◆ **ご本人は極力部屋から出ないようにしましょう。**
トイレ、バスルームなど共有スペースの利用は最小限にしましょう。

感染者のお世話はできるだけ限られた方で。

- ◆ 心臓、肺、腎臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、妊婦の方などが感染者のお世話をするのは避けてください。

マスクをつけましょう

- ◆ 使用したマスクは他の部屋に持ち出さないでください。
- ◆ マスクの表面には触れないようにしてください。マスクを外す際には、ゴムやひもをつまんで外しましょう。
- ◆ マスクを外した後は必ず石鹸で手を洗いましょう。
(アルコール手指消毒剤でも可)

※マスクが汚れたときは、すぐに新しい清潔な乾燥マスクと交換。

※マスクがないときなどに咳やくしゃみをする際は、ティッシュ等で口と鼻を覆う。

こまめに手を洗いましょう

- ◆ こまめに石鹸で手を洗いましょう、アルコール消毒をしましょう。洗っていない手で目や鼻、口などを触らないようにしてください。

換気をしましょう

- ◆ 定期的に換気してください。共有スペースや他の部屋も窓を開け放しにするなど換気しましょう。

手で触れる共有部分を消毒しましょう

- ◆ 共用部分（ドアの取っ手、ノブ、ベッド柵など）は、**薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤で拭いた後**、水拭きしましょう。
 - ・物に付着したウイルスはしばらく生存します。
 - ・家庭用塩素系漂白剤は、主成分が次亜塩素酸ナトリウムであることを確認し、使用量の目安に従って薄めて使ってください（目安となる濃度は0.05%です（製品の濃度が6%の場合、水3Lに液を25mlです。））。
- ◆ トイレや洗面所は、**通常**の家庭用洗剤ですすぎ、**家庭用消毒剤**でこまめに消毒しましょう。
 - ・タオル、衣類、食器、箸・スプーンなどは、通常の洗濯や洗浄でかまいません。
 - ・感染者の使用したものを分けて洗う必要はありません。
- ◆ **洗浄前のものを共用しないようにしてください。**
 - ・特にタオルは、トイレ、洗面所、キッチンなどでは共用しないように注意しましょう。

汚れたリネン、衣服を洗濯しましょう

- ◆ 体液で汚れた衣服、リネンを取り扱う際は、手袋とマスクをつけ、一般的な家庭用洗剤で洗濯し完全に乾かしてください。
 - ・糞便からウイルスが検出されることがあります。

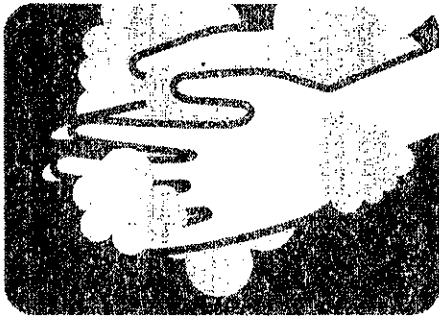
ゴミは密閉して捨てましょう

- ◆ 鼻をかんだティッシュはすぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨ててください。その後は直ちに石鹸で手を洗いましょう。

- ご本人は外出を避けて下さい。
- ご家族、同居されている方も熱を測るなど、健康観察をし、不要不急の外出は避け、特に咳や発熱などの症状があるときには、職場などに行かないでください。

新型コロナウイルス対策 身のまわりを清潔にしましょう。

石けんやハンドソープを使った
丁寧な手洗いを行ってください。



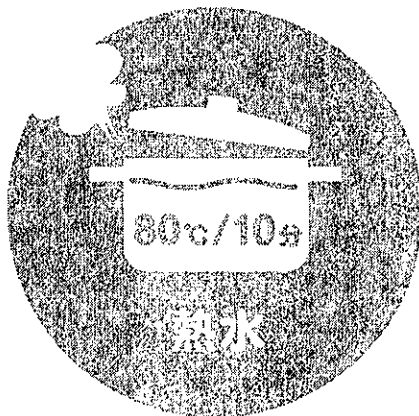
手洗いを丁寧に行うことで、十分にウイルスを除去できます。さらにアルコール消毒液を使用する必要はありません。

手洗い		残存ウイルス
手洗いなし		約 100 万個
石けんや ハンドソープで 10秒もみ洗い後 流水で 15秒すすぐ	1回	約 0.001% (数十個)
	2回 繰り返す	約 0.0001% (数個)

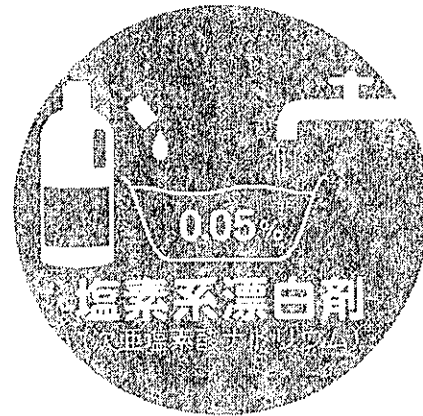
(森功次他：感染症学雑誌、80:496-500,2006 から作成)

食器・手すり・ドアノブなど身近な物の消毒には、
アルコールよりも、熱水や塩素系漂白剤が有効です。

(新型コロナウイルスだけでなく、ノロウイルスなどにも有効です)



食器や箸などは、80°Cの熱水に
10分間さらすと消毒ができます。
火傷に注意してください。



濃度 0.05% に薄めた上で、
拭くと消毒ができます。
ハイター、ブリーチなど。
裏面に作り方を表示しています。

- 【注意】
- ・家事用手袋を着用して行ってください。
 - ・金属は腐食することがあります。
 - ・換気をしてください。
 - ・他の薬品と混ぜないでください。

参考

0.05%以上の次亜塩素酸ナトリウム液の作り方



以下は、次亜塩素酸ナトリウムを主成分とする製品の例です。
商品によって濃度が異なりますので、以下を参考に薄めてください。

メーカー (五十音順)	商品名	作り方の例
花王	ハイター	水1Lに本商品 25mL (商品付属のキャップ1杯)
	キッチンハイター	水1Lに本商品 25mL (商品付属のキャップ1杯)
カネヨ石鹸	カネヨブリーチ	水1Lに本商品 10mL (商品付属のキャップ1/2杯)
	カネヨキッチンブリーチ	水1Lに本商品 10mL (商品付属のキャップ1/2杯)
ミツエイ	ブリーチ	水1Lに本商品 10mL (商品付属のキャップ1/2杯)
	キッチンブリーチ	水1Lに本商品 10mL (商品付属のキャップ1/2杯)

【注意】

- 使用にあたっては、商品パッケージやHPの説明をご確認ください。
- 上記のほかにも、次亜塩素酸ナトリウムを成分とする商品は多数あります。
表に無い場合、商品パッケージやHPの説明にしたがってご使用ください。

新型コロナウイルス感染症情報

コロナウイルスに関する電話相談窓口

●町のコロナウイルスに関する電話相談窓口

岬町新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口
保健センター

TEL : 072-492-2424 FAX : 072-492-2433

危機管理担当

TEL : 072-492-2759 FAX : 072-492-5911

受付日時 : 平日の午前9時～午後5時30分

●新型コロナに感染した疑いがある場合

大阪府「新型コロナ受診相談センター」

TEL : 06-7166-9911 FAX : 06-6944-7579

受付日時 : 土日・祝日を含めた終日

●新型インフルエンザ等対策特別措置法に基づく緊急事態措置に関する相談窓口

大阪府緊急事態措置コールセンター

TEL : 06-4397-3299

受付日時 : 平日の午前9時～午後6時00分

※4月11日(土)、12日(日)は開設します